

BAB 1

PENDAULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan memegang peranan penting karena merupakan salah satu syarat untuk memaksimalkan potensi setiap orang. Pendidikan memiliki potensi untuk mengubah manusia, membuat ketidaktahuan menjadi tahu dan dari tidak mampu menjadi mampu. Seseorang dapat mempelajari beberapa cita-cita atau pengalaman di bidang pendidikan yang dapat mengubah jalan hidupnya. Pendidikan tidak hanya dianggap sebagai upaya untuk memberikan pengetahuan, tetapi juga sebagai pengembangan keterampilan pada peserta didik untuk memaksimalkan potensi mereka. Hal itu selaras dengan (Ramli, 2015) yang mengungkapkan bahwa pendidikan memegang peranan penting bagi peserta didik yang ingin memaksimalkan potensi dirinya. Peserta didik disarankan untuk belajar melalui pendidikan.

Potensi manusia tidak terbatas, artinya bebas yang dapat berkembang sesuai dengan keadaan yang dialami manusia selama hidupnya. Potensi dapat diartikan sebagai keterampilan dan kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu, baik yang telah dimanfaatkan maupun yang masih belum dimanfaatkan baik dari segi fisik, karakter, minat, bakat, kecerdasan, maupun cita-cita.

Potensi diri merupakan kekuatan atau kemampuan yang dimiliki seseorang. Hal ini selaras dengan (Sugiharso, 2009) menyatakan bahwa potensi diri merupakan daya yang dimiliki oleh setiap manusia. Hanya saja, daya itu belum terwujud atau belum dimanfaatkan secara maksimal. Adanya kesadaran terhadap potensi yang dimilikinya, memungkinkan seseorang dapat mengaktualisasikan dirinya dalam kehidupan. Lebih lanjut (Amaliyah & Rahmat, 2021) bahwa setiap orang memiliki kapasitas untuk mengembangkan kapasitasnya dan mencapai potensinya. Lebih lanjut (Solihat, dkk., 2020) mengungkapkan bahwa orang yang memiliki potensi

diri adalah orang yang memiliki kekuatan dan kemampuan baik fisik maupun mental. Berdasarkan pengertian para ahli dapat disimpulkan bahwa potensi diri adalah suatu kekuatan atau kemampuan yang dimiliki setiap orang, baik yang masih terpendam maupun yang telah berkembang secara keseluruhan. Setiap orang memiliki potensi diri yang memungkinkan untuk berkembang jika mendapat dukungan dari lingkungan sekitarnya. Potensi diri dapat berupa fisik, karakter, minat, bakat, kecerdasan dan nilai-nilai.

Al-Qur'an surah An-Nahl ayat 78 yang menjelaskan kepada manusia bahwa Allah SWT ingin memberitahukan kepada setiap hambaNya bahwa dalam dirinya terdapat potensi yang bisa dipelajari agar dapat berkembang dengan baik.

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Artinya : “Dan Allah menjadikan kamu dari kandungan ibumu tidak mengetahui apa-apa dan Dia memberimu hati, pendengaran, dan penglihatan agar kamu dapat bersyukur”.

Menurut ayat tersebut, Allah SWT menciptakan manusia dari rahim ibunya dalam keadaan jahiliyah. Namun, Allah menciptakan mata, telinga, otak, tangan dan bagian lain dari tubuh manusia saat masih dalam kandungan, yang semuanya memiliki tujuan yang berbeda. Kemudian, ketika manusia itu lahir Allah SWT menciptakan manusia untuk belajar dan memahami yaitu kemampuan seperti melihat, mendengar, berpikir dan hati agar beriman kepada Dzat yang Maha Pencipta dengan penuh keyakinan dan rasa bersyukur atas segala nikmat yang diberikan yakni setiap anggota tubuh dapat berfungsi dengan caranya masing-masing serta memungkinkan manusia untuk mengembangkan semua potensi yang pada diri, sehingga manusia tersebut akan tumbuh menjadi pribadi yang baik . Hal itu selaras dengan (Amarodin, 2021) bahwa surat An-Nahl ayat 78 dapat dijadikan sebagai konsep pembelajaran bagi peserta didik untuk menyadari bahwa Allah SWT telah menganugerahi setiap manusia potensi untuk menjadi pribadi yang bersyukur. Akibatnya, peserta didik dapat mengembangkan potensi penglihatan, pendengaran dan hatinya untuk memperoleh ilmu.

Peserta didik yang mengetahui potensi dalam dirinya, maka akan lebih mudah membantu menentukan pengambilan keputusan serta pilihan dalam hidupnya secara mantap dan tidak ragu, kemudian mengetahui kelebihan dan kekurangan pada dirinya. Dengan mengetahui kelebihan yang ada didalam diri peserta didik, maka akan mempermudah peserta didik dalam mengembangkan potensi yang ada, selain itu peserta didik yang sadar akan potensi dirinya akan lebih mudah merencanakan karier mereka di masa depan dan dapat menjadi referensi ketika mencari pekerjaan yang sesuai dengan potensi dirinya. Hal itu selaras dengan (Kartianti dan Asgar, 2021) yang mengungkapkan bahwa mengenal potensi diri itu sangat penting karena dapat merencanakan masa depan atau kariernya sehingga akan dapat digunakan sebagai pemilihan keputusan yang sesuai dengan potensi dirinya.

Sebaliknya, peserta didik yang tidak mengetahui potensi dalam dirinya, maka akan sulit menentukan pilihan dalam hidupnya, kemudian sulit dalam memahami kelebihan dan kekurangan dalam dirinya. Selanjutnya peserta didik yang tidak mengetahui potensi dalam dirinya, maka hidupnya tidak terarah dan cenderung tidak produktif, karena peserta didik belum mengetahui kemampuan dalam dirinya. Apabila peserta didik yang tidak mau meningkatkan potensi dalam dirinya, maka peserta didik tersebut akan tertinggal dengan yang lain serta tidak bisa mengikuti arus persaingan dalam hidupnya.

Menurut hasil wawancara yang dilaksanakan pada Jumat, 24 Februari 2023 dengan guru bimbingan dan konseling di SMK Presiden Kota Cirebon yaitu Ibu Dasni Ruesi, S.Sos yang bertempat di ruang bimbingan dan konseling beliau memberikan keterangan bahwa setiap sekolah pasti mempunyai permasalahan, begitu pun dengan sekolah SMK Presiden. Peserta didiknya mempunyai potensi diri yang berbeda-beda, hal ini dapat dilihat dari karakter peserta didik, misalnya mengenai mata pelajaran yang ia sukai atau tidak sukai, kurangnya rasa percaya diri, bisa dilihat dari gerakan mata dan bibir itu selaras atau tidak, bisa dilihat dari tanda tangan peserta didik dan dilihat dari tulisan peserta didik juga. Seperti halnya di kelas X TO 2 (Teknik

Otomotif) ini pada umumnya peserta didik belum mengetahui kemampuan atau kekuatan dalam dirinya, kemudian belum memahami potensi dalam dirinya, belum mengenal kelebihan dan kekurangan dalam dirinya serta belum mengeksplor potensi dirinya secara maksimal. Untuk mengatasi masalah tersebut tentunya peran guru bimbingan dan konseling sangat dibutuhkan kehadirannya, oleh karena itu guru bimbingan dan konseling di SMK Presiden memberikan teknik *expressive writing* dalam mengatasi masalah tersebut.

Fenomena yang terjadi saat ini di Indonesia yakni banyak peserta didik yang lebih fokus pada kelemahan atau kekurangan tanpa mengeksplor kelebihan, padahal jika kita ingin mengeksplor atau menggali kelebihan yang kita miliki akan berdampak yang luar biasa di kehidupan kita. Banyak peserta didik yang menganggap dirinya memiliki banyak kekurangan dan menganggap dirinya negatif. Pada dasarnya semua manusia memiliki kelebihan pada dirinya dan dapat menggali potensi dari kelebihan yang ia miliki.

Pada dasarnya, faktor-faktor yang menghambat peserta didik yang belum mengenal serta meningkatkan potensi dalam dirinya salah satunya adalah kurangnya motivasi, yakni kondisi yang terjadi ketika peserta didik kehilangan rasa semangat dalam melakukan sesuatu atau terlalu malas melakukan perubahan, rasa malas ini menjadi musuh bagi diri sendiri ketika seseorang ingin melakukan perubahan dalam hidupnya. Hal itu selaras dengan (Masni, 2020) bahwa faktor penghambat rendahnya potensi diri yakni berasal dari dirinya sendiri, penyebabnya karena individu tersebut kurang dalam hal motivasi serta belum mempunyai tujuan hidup yang jelas, sehingga individu bingung dengan kehidupannya sendiri serta terkadang individu memiliki rasa takut untuk menerima kenyataan bahwa didalam diri manusia pasti mempunyai kelebihan atau kekurangan.

Masalah tersebut tentunya akan berdampak pada kehidupan peserta didik, yakni peserta didik tidak dapat mengeksplor kelebihan-kelebihan yang dimilikinya, sehingga potensi itu akan selamanya terpendam, tidak akan

pernah ditampilkan dan akan tertinggal oleh peserta didik yang lain. Masalah ini tentunya tidak bisa dibiarkan begitu saja, karena peserta didik yang tidak meningkatkan potensi dirinya maka akan kehilangan banyak kesempatan dan secara tidak langsung membatasi diri sehingga tidak dapat berkembang.

Kehadiran guru bimbingan dan konseling di sekolah sangat penting. Guru bimbingan dan konseling berperan penting dalam meningkatkan potensi diri peserta didik di sekolah. Guru bimbingan dan konseling adalah guru yang membantu, membimbing dan menemukan solusi dari masalah yang peserta didik hadapi di sekolah. Hal ini selaras dengan (Hartono, 2020) menyatakan bahwa guru bimbingan dan konseling memainkan peran penting dalam membantu peserta didik menerima bimbingan dan konseling sehingga memungkinkan peserta didik dalam menyadari potensi mereka sepenuhnya. Lebih lanjut (Arumsari dan Koesdyantho, 2021) mengungkapkan bahwa guru bimbingan dan konseling adalah pendidik terpercaya yang memimpin peserta didik dengan memberikan bimbingan, bantuan dan jawaban serta melihat kemampuan atau potensi peserta didik.

Berdasarkan pengertian para ahli dapat disimpulkan bahwa guru bimbingan dan konseling berbeda dengan guru lainnya yaitu wajib membantu peserta didik yang bermasalah. Selain itu, guru bimbingan dan konseling bertugas mengarahkan, mendampingi dan membantu peserta didik dalam mengetahui, memahami dan meningkatkan potensi dirinya serta mengarahkan peserta didik dalam pengambilan keputusan penting mengenai studi lanjut atau bidang karir.

Teknik *expressive writing* merupakan teknik yang melibatkan penulisan tentang perasaan, pendapat dan gagasan seseorang terkait suatu hal yang terungkap melalui tulisan. Hal ini selaras dengan (Rohmah & Pratiko, 2019) bahwa teknik *expressive writing* adalah teknik yang dapat digunakan untuk mengekspresikan atau mengungkapkan pengalaman hidup seseorang pada masa lalu, sekarang atau masa depan yang terungkap melalui tulisan dalam bentuk cerita. Lebih lanjut (Pennebaker, 2013) menyatakan pengalaman, terutama yang pahit, dalam bentuk bahasa akan mengubah

persepsi seseorang terhadap pengalaman tersebut. *Expressive writing* memberikan kesempatan bagi individu untuk merefleksikan perasaan mereka secara emosional, yang kemudian dapat tercermin dalam peningkatan penggunaan kata-kata ekspresif selama interaksi sosial. Peningkatan ekspresi emosi ini diharapkan dapat berkontribusi pada perbaikan dan stabilitas hubungan interpersonal.

Melalui teknik *expressive writing* peserta didik dapat mengekspresikan gagasan, pendapat dan perasaan terakut dengan potensi apa yang dimiliki dirinya, sehingga potensi yang dimilikinya bisa tercurahkan melalui bahasa tulisan. Hal ini selaras dengan (Fikri, 2014) bahwa melalui *expressive writing*, peserta didik mampu meningkatkan pemahaman bagi diri sendiri maupun orang lain dalam bentuk tulisan. Lebih lanjut (Ningsih & Christiana, 2017) mengungkapkan bahwa melalui *expressive writing*, peserta didik mampu mengungkapkan perasaan, pendapat dan gagasan peserta didik kepada pihak lain melalui bahasa tulisan yang berbentuk cerita.

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Yan Partawijaya dengan judul *Layanan Bimbingan Karir dalam Meningkatkan Potensi Diri Melanjutkan Masa Depan Pada Siswa SMK N 1 Way Tenong* menunjukkan bahwa setelah diberikan layanan bimbingan karir ternyata membuahkan hasil yang positif, peserta didik menjadi tau tentang informasi karir, potensi yang ada dalam dirinya dan gambaran masa depan, meskipun hasilnya belum maksimal namun sudah cukup baik untuk membantu peserta didik. Kemudian, penelitian yang pernah dilakukan oleh Gustini dan Rahman dengan judul *Efektivitas Teknik Expressive Writing untuk Merencanakan Karir Peserta Didik di SMK KH. Ghalib Pringsewu* layanan informasi bidang bimbingan karir dengan teknik *expressive writing* terbukti efektif untuk meningkatkan perencanaan karir peserta didik, sehingga bisa membantu peserta didik dalam merencanakan karir sesuai dengan kemampuan atau potensi dalam dirinya.

Berdasarkan uraian mengenai dua penelitian terdahulu dapat disimpulkan bahwa secara umum terdapat beberapa bentuk dalam membantu

peserta didik dalam mengetahui potensi dalam dirinya. Layanan bimbingan karir dan teknik *expressive writing* dapat digunakan dalam membantu peserta didik mengetahui potensi dalam dirinya, sehingga akan memudahkan peserta didik dalam mengambil keputusan terkait karir atau pekerjaan yang sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

Berangkat dari permasalahan yang telah diuraikan diatas, maka peneliti ingin mengetahui lebih banyak tentang peran guru bimbingan dan konseling melalui teknik *expressive writing* dalam meningkatkan potensi diri peserta didik. Hal ini disebabkan masih banyak peserta didik yang belum menyadari potensi dirinya secara maksimal. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut dengan judul **Peran Guru Bimbingan dan Konseling Melalui Teknik *Expressive Writing* dalam Meningkatkan Potensi Diri Peserta Didik di SMK Presiden Kota Cirebon.**

B. Perumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka ditemukan beberapa masalah yang terjadi di SMK Presiden, yakni diantaranya :

- a. Peserta didik pada umumnya belum mengetahui potensi dalam dirinya.
- b. Peserta didik pada umumnya belum memahami potensi dalam dirinya.
- c. Peserta didik pada umumnya kesulitan dalam menentukan pilihan kariernya
- d. Peserta didik pada umumnya belum mengeksplor potensi dalam dirinya.
- e. Peserta didik pada umumnya belum mengenal kelebihan dan kekurangan dalam dirinya.

2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka peneliti memberikan batasan masalah dalam penelitian ini, tujuannya agar permasalahan tetap fokus pada tujuan penelitian yaitu peran guru bimbingan dan konseling melalui teknik *expressive writing* dalam meningkatkan potensi diri peserta didik kelas X TO 2 di SMK Presiden tidak meluas pada masalah yang lain.

3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti di SMK Presiden, maka terdapat beberapa pertanyaan yang dapat ditujukan sebagai penelitian. Adapun pertanyaan penelitian dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Bagaimana pelaksanaan teknik *expressive writing* yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling bagi peserta didik di SMK Presiden ?
- b. Bagaimana kondisi potensi diri peserta didik sebelum dan setelah diberikan teknik *expressie writing* di SMK Presiden ?
- c. Bagaimana peran guru bimbingan dan konseling melalui teknik *expressive writing* dalam meningkatkan potensi diri peserta didik di SMK Presiden ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, maka penelitian ini mempunyai tujuan yang jelas untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah disajikan. Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mengetahui pelaksanaan teknik *expressive writing* yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling bagi peserta didik di SMK Presiden.
- b. Menguraikan kondisi potensi diri peserta didik sebelum dan setelah diberikan teknik *expressive writing* di SMK Presiden.
- c. Mendeskripsikan peran guru bimbingan dan konseling melalui teknik *expressive writing* dalam meningkatkan potensi diri peserta didik di SMK Presiden.

D. Manfaat/Kegunaan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti, penelitian ini mempunyai manfaat/kegunaan baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis. Adapun manfaat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Dapat menjadi sumber bagi peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian yang sama dan berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya mengenai peran guru bimbingan dan konseling melalui teknik *expressive writing* dalam meningkatkan potensi diri peserta didik.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dapat memberikan pemahaman serta ilmu pengetahuan yang baru mengenai peran guru bimbingan dan konseling melalui teknik *expressive writing* dalam meningkatkan potensi diri peserta didik.

b. Bagi Peserta Didik

Agar peserta didik dapat lebih mengenal potensi yang dimilikinya serta dapat meningkatkan potensi dirinya melalui teknik *expressive writing*, hal ini akan memudahkan peserta didik dalam pengambilan keputusan terkait karir atau pekerjaannya yang sesuai dengan potensi diri peserta didik tersebut.

c. Guru Bimbingan dan Konseling serta Guru Mata Pelajaran

Agar guru bimbingan dan konseling serta guru mata pelajaran dapat memahami tujuan dan memberikan layanan bimbingan dan konseling yang diperlukan, peserta didik harus dapat mengenali dan meningkatkan potensi dirinya melalui teknik *expressive writing*.

d. Bagi Orang Tua

Agar orang tua mampu memberikan arahan dan bimbingan sehingga anak tersebut mampu mengambil keputusan secara mandiri serta dapat menentukan cita-citanya yang sesuai dengan potensi diri yang dimilikinya.

E. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan pemahaman dan memberikan suatu gambaran dalam penelitian ini, maka perlu menyusun sistematika penelitian. Adapun sistematika penulisan dalam penelitian ini yakni sebagai berikut :

BAB I : PENDAHULUAN

Bab ini memuat latar belakang, yakni pada umumnya peserta didik belum mengetahui kemampuan atau kekuatan dalam dirinya, kemudian belum memahami potensi dalam dirinya, belum mengenal kelebihan dan kekurangan dalam dirinya serta belum mengeksplor potensi dirinya secara maksimal. Untuk mengatasi masalah tersebut tentunya peran guru bimbingan dan konseling sangat dibutuhkan kehadirannya, oleh karena itu guru bimbingan dan konseling di SMK Presiden memberikan teknik *expressive writing* dalam mengatasi masalah tersebut. Kemudian bab ini memuat rumusan masalah, identifikasi masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II : KAJIAN TEORI

Bab ini menguraikan kerangka konseptual dari teori-teori yang menjelaskan tentang potensi diri, peran guru bimbingan dan konseling, teknik *expressive writing*. Potensi diri merupakan daya atau kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu baik yang masih terpendam maupun yang sudah digunakan secara maksimal. Kemudian, peran guru bimbingan dan konseling di sekolah yakni sebagai informator, motivator, inisiator, director, fasilitator, mediator, transmitter dan evaluator. Selanjutnya, teknik *expressive writing* merupakan teknik yang dapat digunakan untuk mengekspresikan atau mengungkapkan pengalaman hidup seseorang pada masa lalu, sekarang atau masa depan yang terungkap melalui tulisan dalam bentuk cerita. Pada bab ini juga

memuat kerangka berpikir serta penelitian terdahulu.

BAB III : METODOLOGI PENELITIAN

Bab ini menguraikan terkait pendekatan metode, lokasi dan waktu penelitian, sumber data, unit analisis, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, rencana waktu penelitian dan yang terakhir profil lembaga. Pada penelitian ini, menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Lokasi penelitannya di SMK Presiden Cirebon, Jl. Karang Jalak Mekar Sunyaragi Kec Kesambi Kota Cirebon Jawa Barat 45132. Adapun mengenai waktunya akan dilaksanakan selama 2 bulan yaitu bulan Oktober-November setelah dilaksanakannya sidang proposal. Sumber data penelitian ini yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Kemudian teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Selanjutnya teknik analisis data menggunakan pengumpulan data, reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan

BAB IV : PEMBAHASAN

Bab ini dapat merupakan jawaban secara menyeluruh atau rumusan masalah yang terdapat pada bab I. Pada bab ini akan menjawab rumusan masalah yang pertama yaitu terkait pelaksanaan teknik expressive writing yang diberikan oleh guru bimbingan dan konseling bagi peserta didik, kemudian rumusan masalah yang kedua terkait kondisi potensi diri peserta didik sebelum dan setelah diberikan teknik expressive writing oleh guru bimbingan dan konseling dan rumusan masalah yang terakhir yaitu peran guru bimbingan dan konseling melalui teknik expressive writing dalam meningkatkan potensi diri peserta didik

BAB V : PENUTUP

Bab ini berisikan kesimpulan dan saran dari penelitian yang telah dilakukan. Kesimpulannya yakni peran guru bimbingan dan konseling melalui teknik *expressive writing* dapat digunakan untuk meningkatkan potensi diri peserta didik tentunya melalui beberapa tahapan, yakni recognition, examination, feedback dan application to self. Sebelum diberikan teknik expressive writing, kondisi peserta didik ada yang tinggi, menengah dan rendah, namun setelah diberikan teknik expressive writing semakin meningkat. Adapun peran guru bimbingan dan konseling antara lain sebagai *informer, motivator, inisiator, fasilitator, mediator, director, transformator* dan *evaluator*. Adapun saran yang diberikan yaitu untuk peneliti selanjutnya, guru bimbingan dan konseling dan peserta didik.

